



**Mi Universidad**

## Cuadro sinóptico

*Nombre del Alumno: Michell Guillen Soto*

*Nombre del tema: Medidas antropométricas: Utilidad e inconvenientes de aplicación, indicadores biométricos.*

*Parcial: 3.*

*Nombre de la Materia: Epidemiología*

*Nombre del profesor: María Cecilia Zamorano Rodríguez*

*Nombre de la Licenciatura: enfermería.*

*Cuatrimestre: 4*

# Medidas antropométricas: utilidad e inconvenientes de aplicación, indicadores biométricos.

## Medidas antropométricas

Las medidas antropométricas son técnicas no invasivas, rápidas, sencillas y económicas y se basan en tomar medidas de longitud y peso sobre el propio cuerpo y compararlas con valores de referencia en función de nuestra edad, sexo y estado fisiopatológico.

Parámetros habituales talla, peso, sexo y complejión.

## Índices

- índice de masa corporal (IMC) (Body mass index, BMI) o índice de Quetelet.
- Metabolismo basal o gasto energético basal.

## Fórmula

### Mujeres

$$MB(kcal/h) = 0,9 \times P(kg)$$

### Hombres

$$MB(kcal/h) = 1 \times P(kg)$$

## Grasa corporal

Para hacer una estimación de la grasa subcutánea, se suelen medir los pliegues subcutáneos de distintos puntos del cuerpo con un lipocalíper o plicómetro.

- **Pliegue tricipital:** que se mide en el punto medio de la cara posterior del brazo no dominante.
- **Pliegue bicipital:** que se mide en el punto medio de la cara anterior del brazo, sobre el vientre del músculo bíceps.
- **Pliegue subescapular:** que se mide por debajo de la escápula.
- **Pliegue abdominal:** que se mide en la línea umbilicoilíaca, junto al reborde muscular de los rectos del abdomen.

Con estos pliegues se puede determinar el grado de adiposidad de una persona.

## Masa muscular

Es el cálculo del perímetro muscular del brazo (PMB) mediante la determinación de la circunferencia o perímetro del brazo (PB), con una cinta métrica inelástica y teniendo en cuenta el pliegue tricipital.

## Métodos para determinar la composición corporal.

- **Tomografía computadorizada y resonancia magnética:** Nos pueden cuantificar la grasa de cada región y diferenciar entre la grasa intraabdominal y extraabdominal.
- **Determinaciones bioquímicas:** Se pueden realizar sobre distintas muestras. Hay dos tipos de análisis: los estáticos, que miden el valor real de nutriente y los funcionales, que cuantifican la actividad de una enzima.

## Evaluación clínica del estado nutricional

En caso de malnutrición cuando llega a un grado importante de gravedad da lugar a la aparición de signos clínicos evidentes en ciertas zonas u órganos corporales tales como la cara, cabello, cuello, ojos, labios, dientes, encías, lengua, piel, uñas, tejido subcutáneo, abdomen, aparato genital, sistema esquelético y extremidades inferiores.

- Parámetros inmunológicos
- Grado de mineralización ósea
- Pruebas funcionales

## Bibliografía

Universidad del sureste. 2023. Epidemiologia.  
Paginas (89-93). PDF